

今週のメニュー

令和元年 6月分

日	曜日	朝食	夕食	備 考
6/3	月	・あさりうどん	・手羽元のBBQソース煮	
		・肉団子	・きのこソテー	
		・セロリの浅漬け	・ハムサラダ	
		・わかめごはん	・豆乳スープ	
			・ごはん	
6/4	火	・玉子トースト	・穴子丼	
		・はんぺんチーズフライ	・焼き空豆	
		・グリーンサラダ	・長芋ときゅうりのポン酢和え	
		・オニオンスープ	・味噌汁	
		・フルーツ		
6/5	水	・高野豆腐の肉詰め煮	・揚げ豚のねぎだれ	
		・ほうれん草の磯和え	・ピーマンのじやこ炒め	
		・漬物	・韓国のりのサラダ	
		・味噌汁	・中華スープ	
		・ごはん	・ごはん	
6/6	木	・オムライス	・牛肉の山椒炒め	
		・コールスロー	・茄子の煮浸し	
		・コンソメスープ	・もやしと大葉の梅肉和え	
		・ヨーグルト	・味噌汁	
			・ごはん	
6/7	金	・豚と青菜の旨煮	・カツオのガーリックステーキ	
		・豆苗のサラダ	・コンソメポテト	
		・佃煮	・切干大根の和風サラダ	
		・味噌汁	・かき玉汁	
		・ごはん	・ごはん	

今週のメニュー

令和元年 6月分

日	曜日	朝食	夕食	備 考
6/10	月	<ul style="list-style-type: none"> ・納豆しらす丼 ・焼きエリンギ ・キャベツのレモンサラダ ・とろろ昆布汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・いわしの大葉ロールフライ ・ひじきの煮物 ・ニラとかまぼこの和え物 ・味噌汁 ・ごはん 	
6/11	火	<ul style="list-style-type: none"> ・鶏肉の生姜焼き ・トマトとアボカドのマヨ炒め ・アスパラのおかか和え ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・レバニラ炒め ・きのこしゅうまい ・春雨サラダ ・中華スープ ・ごはん 	
6/12	水	<ul style="list-style-type: none"> ・カニカマ入り玉子焼 ・新じゃがのそぼろ煮 ・漬物 ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・シーフードバジルパスタ ※ワインナーチーズ巻 ・レタスサラダ ・コンソメスープ ・フランスパン 	※餃子の皮でワインナーとチーズを巻き、焼いた料理
6/13	木	<ul style="list-style-type: none"> ・ポークソテー カレー風味 ・小松菜としめじの煮浸し ・味噌汁 ・ごはん ・ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> ・つくねの照焼き ・茶碗蒸し ・モロヘイヤのお浸し ・味噌汁 ・ごはん 	
6/14	金	<ul style="list-style-type: none"> ・ツナといんげんのソテー ・コンビサラダ ・コーンスープ ・ロールパン ・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・肉豆腐 ・タコとオクラの酢の物 ・味噌汁 ・ごはん ・梅酒ゼリー 	

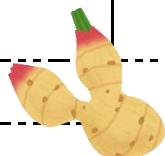
今週のメニュー

令和元年 6月分

日	曜日	朝食	夕食	備 考
6/17	月	<ul style="list-style-type: none"> ・すいとん ・炒り玉子 ・漬物 ・おにぎり 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛バラ飯 ・空芯菜炒め ・長芋のキムチ和え ・わかめスープ 	
6/18	火	<ul style="list-style-type: none"> ・豚と高菜の炒め物 ・ちくわとこんにゃくの煮物 ・もやしのピリ辛和え ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・鯛のポン酢焼き ・あげの五目包み ・いんげんの出汁浸し ・味噌汁 ・ごはん 	
6/19	水	<ul style="list-style-type: none"> ・クロックムッシュ ・豆サラダ ・オニオンスープ ・フルーツ ・カフェオレ 	<ul style="list-style-type: none"> ・チキン南蛮 ・トマトとかまぼこのサラダ ・ゴーヤの胡麻和え ・味噌汁 ・ごはん 	
6/20	木	<ul style="list-style-type: none"> ・鯵の塩焼き ・豆苗とハムのソテー ・なすときゅうりの即席漬け ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・豚ひきともやしの塩ラーメン ・味玉子 ・青梗菜のナムル ・チャーハン ・杏仁豆腐 	
6/21	金	<ul style="list-style-type: none"> ・厚揚げと人参の煮物 ・キャベツと玉子のマヨ炒め ・焼きのり ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・焼鮭のマリネ ・みそじゃがバター ・チョップドサラダ ・コンソメスープ ・ごはん 	

今週のメニュー

令和元年 6月分

日	曜日	朝食	夕食	備 考
6/24	月	<ul style="list-style-type: none"> ・月見そば ・豚としめじのしぐれ煮 ・オクラのお浸し ・混ぜご飯 	<ul style="list-style-type: none"> ・スズキのマスタード焼き ・もやしとコンビーフの炒め物 ・ヨーグルトサラダ ・オニオンスープ ・ごはん 	
6/25	火	<ul style="list-style-type: none"> ・鶏肉と長芋の塩昆布炒め ・カラーピーマンの酢醤油和え ・漬物 ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・新生姜の炊き込みごはん ・豚と筍の炊き合わせ ・しらたきのたらこ炒め ・梅おかか奴 ・味噌汁 	
6/26	水	<ul style="list-style-type: none"> ・ツナじゃがオムレツ ・ぜんまいと油揚げの煮物 ・青菜の辛子和え ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・イタリアンチキン ・アスパラとコーンのソテー ・シーザーサラダ ・コンソメスープ ・ごはん 	
6/27	木	<ul style="list-style-type: none"> ・厚切りベーコンとキャベツのHOTサンド ・グリーンサラダ ・トマトスープ ・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・さばそぼろごはん ・ミニ串カツ(うずら玉子、しいたけ) ・五目金平 ・めかぶとたくあんの和え物 ・味噌汁 	
6/28	金	<ul style="list-style-type: none"> ・子持ちししゃも ・なすのオイスターソース炒め ・ほうれん草のなめ茸和え ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・豚天 カレー風味 ・牛すじ煮込み ・枝豆のおろし和え ・味噌汁 ・ごはん 	